

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: PRZEWORSK SZPITAL		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
czwartek 2024-05-23		
Jadłospis dla diety: PRZEW- 1 Podstawowa		
Kasza kukurydziana na mleku 250 ml ( <u>MLE</u> ), Chleb mieszany pszenno-żytni 68 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ), Chleb razowy żytnio-pszenny 32 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ), Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 60 g ( <u>SOJ</u> ), Pomidor 60 g, Salata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ), Makaron 200 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) 100 g ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ), Surówka wielowarzywna z olejem () 100 g ( <u>SEL</u> ), Brokuł gotowany* 100 g, Kompot owocowy* z/c 250 ml,	Chleb mieszany pszenno-żytni 68 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ), Chleb razowy żytnio-pszenny 32 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ), Pasztet z fasoli () 60 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ), Rzodkiew biała 70 g, Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> ),
		Posiłek nocny: Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por ( <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2323.41 kcal; Białko ogółem: 80.79 g; Tłuszcz: 73.85 g; Kw. tł. nasy.: 27.32 g; Węglowodany ogółem: 350.26 g; W tym cukry: 79.18 g; Błonnik pok.: 34.88 g; Sól: 7.28 g; WW: 31.57 Por; : 13.91 %; : 794.22 %; Ener. z T: 28.61 %; Ener. z Bł.: 3 %; K: 3981.96 mg;

czwartek 2024-05-23		
Jadłospis dla diety: PRZEW- 2 Łatwo strawna		
Kasza kukurydziana na mleku 250 ml ( <u>MLE</u> ), Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ), Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 60 g ( <u>SOJ</u> ), Pomidor 60 g, Salata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ), Makaron 200 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) 100 g ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ), Brokuł gotowany* 200 g, Kompot owocowy* z/c 250 ml,	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ), Polędwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 60 g ( <u>SOJ, MLE</u> ), Pomidor 70 g, Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> ),
		Posiłek nocny: Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por ( <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2154.38 kcal; Białko ogółem: 83.4 g; Tłuszcz: 61.79 g; Kw. tł. nasy.: 27.04 g; Węglowodany ogółem: 326.6 g; W tym cukry: 72.59 g; Błonnik pok.: 24.32 g; Sól: 8.57 g; WW: 30.22 Por; : 15.49 %; : 680.22 %; Ener. z T: 25.81 %; Ener. z Bł.: 2.26 %; K: 3438.94 mg;

czwartek 2024-05-23		
Jadłospis dla diety: PRZEW- 6 Z ogr łatwo przysw. węglowodanów		
Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ), Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 60 g ( <u>SOJ</u> ), Pomidor 60 g, Salata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ), Makaron pełnoziarnisty 200 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) 100 g ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ), Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 100 g ( <u>SEL</u> ), Brokuł gotowany* 100 g, Kompot owocowy* b/c 250 ml,	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ), Pasztet z fasoli () 60 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ), Rzodkiew biała 70 g, Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> ),
II Śniadanie: Jabłko 1 szt 1 szt,	Podwieczorek: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ),	Posiłek nocny: Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ), Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> ), Polędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 20 g ( <u>SOJ</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2185.9 kcal; Białko ogółem: 77.95 g; Tłuszcz: 72.33 g; Kw. tł. nasy.: 23.57 g; Węglowodany ogółem: 325.74 g; W tym cukry: 51.35 g; Błonnik pok.: 52.21 g; Sól: 7.55 g; WW: 27.44 Por; : 14.26 %; : 867.68 %; Ener. z T: 29.78 %; Ener. z Bł.: 4.78 %; K: 4661.62 mg;